

EMPAT JHANA TANPA MATERI

Sekali anda telah mencapai empat jhana dari setiap sepuluh jenis kasina, anda dapat melanjutkan untuk mengembangkan empat jhana tanpa materi (arupa jhana), juga dinamakan empat kondisi tanpa materi yaitu:

- 1) Landasan Ruang Tanpa Batas (akasanancayatana)
- 2) Landasan Kesadaran Tanpa Batas (vinnananca-yatana)
- 3) Landasan Ketiadaan (akincannayatana)
- 4) Landasan Bukan Persepsi juga Bukan Non Persepsi (nevasannanasanna yatana)

Anda bisa kembangkan mereka dengan semua kasina kecuali kasina ruang.

BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN LANDASAN RUANG TANPA BATAS

Untuk mengembangkan empat jhana tanpa materi, awalnya anda harus merenungkan kecacatan dari materi. Tubuh manusia diproduksi oleh sperma dan indung telur dari orang tua anda, maka dinamakan tubuh hasil produksi (karaja kaya). Dikarenakan anda memiliki tubuh hasil produksi, anda terbuka sekali untuk diserang dengan senjata seperti pisau, tombak dan peluru, dan untuk menjadi sasaran pukul, amuk dan siksaan. Tubuh hasil produksi juga merupakan subjek dari berbagai penyakit, sebagai contoh, mata, telinga dan jantung. Jadi anda harus mempertimbangkan dengan panna bahwa dikarenakan anda memiliki tubuh yang diproduksi yang tersusun atas rupa, anda subjek dari berbagai jenis derita, dan bahwa jika anda dapat terbebas dari rupa tersebut, maka anda juga bisa terbebas dari derita.

Meskipun jhana keempat dari materi halus melampaui rupa jasmaniah yang kasar, tetapi ia tetap saja masih berlandaskan padanya. Oleh karena itu, anda perlu menaklukkan rupa dari kasina. Setelah mempertimbangkan demikian, dan sekarang dengan tanpa kemauan untuk rupa dari kasina, anda harus membangun kembali jhana keempat dengan salah satu dari sembilan jenis kasina, seperti kasina tanah, keluar darinya dan renungkan kecacatannya: kasina tersebut berdasarkan kepada rupa yang di mana anda tidak lagi menginginkannya; ia memiliki keriangannya dari jhana ketiga sebagai musuh dekatnya; dan jhana tersebut lebih kasar dari empat jhana tanpa materi. Tetapi anda tidak perlu merenungkan kecacatan dari formasi mental (dua faktor jhana) pada jhana keempat, karena pada jhana tanpa materi, kedua faktor jhana tersebut adalah sama saja. Kini dengan tanpa kemauan terhadap jhana keempat dari materi halus, anda juga harus merenungkan pada karakteristik akan lebih damainya jhana tanpa materi.

Kemudian perlebar nimitta anda, katakan saja, kasina tanah, maka ia akan menjadi tanpa batas, atau diperlebar seluas yang anda inginkan, dan gantikan rupa dari kasina tersebut dengan ruangan yang dia diami, dengan memfokuskan terhadap ruang sebagai 'ruang - ruang' atau 'ruang tanpa batas - ruang tanpa batas'. Apa yang tersisa hanyalah ruang tanpa batas yang sebelumnya dihuni oleh kasina tersebut.

Jika tidak sanggup melakukannya, anda harus mengamati dan fokuskan pada ruang di nimitta dari kasina tanah, kemudian perlebar ruang tersebut hingga ke jagat tak terbatas. Sebagai hasilnya, keseluruhan dari nimitta kasina tanah digantikan oleh ruang tanpa batas.

Lanjutkan untuk fokus terhadap nimitta dari ruang tanpa batas, hingga anda mencapai jhana, kemudian kembangkanlah lima kefasihan. Ini adalah jhana tanpa materi yang pertama, juga dinamakan landasan ruang tanpa batas (akasanancayatana).

BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN LANDASAN KESADARAN TANPA BATAS

Jhana tanpa materi kedua, juga dinamakan landasan kesadaran tanpa batas (vinnanancayatana citta), dengan kesadaran dari landasan ruang tanpa batas (akasanancayatana citta) sebagai objeknya, yang memiliki ruang tanpa batas sebagai objek.

Untuk mengembangkan landasan kesadaran tanpa batas, anda harus merenungkan kecacatan dari landasan ruang tanpa batas: ia memiliki jhana keempat dari materi halus sebagai musuh dekatnya, dan

tidak sedamai landasan kesadaran tanpa batas. Kini, tanpa kemauan terhadap landasan ruang tanpa batas, anda juga harus merenungkan pada kealamiahannya kedamaian yang lebih pada landasan kesadaran tanpa batas. Kemudian fokuskan lagi dan lagi pada kesadaran yang memiliki ruang tanpa batas sebagai objeknya, dan catat sebagai 'kesadaran tanpa batas - kesadaran tanpa batas' atau hanya 'kesadaran - kesadaran'.

Lanjutkan untuk fokus terhadap nimitta dari kesadaran tanpa batas, hingga anda mencapai jhana, kemudian kembangkanlah lima kefasihan. Inilah jhana tanpa materi kedua, juga dinamakan landasan kesadaran tanpa batas.

BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN LANDASAN KETIADAAN

Jhana tanpa materi ketiga, juga dinamakan landasan ketiadaan (akincannayatana), objek darinya ialah keabsenan dari kesadaran yang memiliki ruang tanpa batas sebagai objek, yang dimana ia merupakan objek dari landasan kesadaran tanpa batas.

Untuk mengembangkan landasan ketiadaan, anda harus renungkan kecacatan dari landasan kesadaran tanpa batas: ia memiliki landasan ruang tanpa batas sebagai musuh dekatnya dan tidak sedamai landasan ketiadaan. Kini dengan tidak ada kemauan terhadap kesadaran tanpa batas, anda juga harus merenungkan landasan ketiadaan yang memiliki kealamiahannya lebih damai. Kemudian fokuskan pada keabsenan dari kesadaran yang memiliki ruang tanpa batas itu sebagai objek. Terdapat dua pikiran jhana: pertama pikiran dari landasan ruang tanpa batas (akasanancayatana citta) dan kemudian landasan dari kesadaran tanpa batas (vinnanancayatana citta). Dua pikiran tidak dapat muncul pada satu saat pikiran (citta kkhana). Ketika pikiran dari landasan ruang tanpa batas ada, pikiran lainnya tidaklah dapat muncul juga, dan demikian sebaliknya. Jadi, anda mengambil keabsenan dari pikiran landasan ruang tanpa batas sebagai objek, dan catatlah sebagai 'ketiadaan - ketiadaan' atau 'absen - absen'.

Lanjutkan fokus terhadap nimitta tersebut hingga anda mencapai jhana, dan kembangkanlah lima kefasihan. Ini adalah jhana tanpa materi ketiga, juga dinamakan landasan ketiadaan.

BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN LANDASAN BUKAN PERSEPSI JUGA BUKAN NON PERSEPSI

Jhana tanpa materi keempat juga dinamakan landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi (neva sanna nasanna yatana). Itu dikarenakan persepsi pada jhana ini teramat halus. Sesungguhnya, semua formasi mental di jhana ini teramat halus; juga terdapat bukan perasaan juga bukan non perasaan; bukan kesadaran juga bukan non kesadaran, bukan kontak juga bukan non kontak dsb. Tetapi jhana dijelaskan dalam istilah persepsi, dan ia memiliki kesadaran dari landasan ketiadaan sebagai objeknya.

Untuk mengembangkan landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi, anda harus merenungkan kecacatan dari landasan ketiadaan: ia memiliki landasan kesadaran tanpa batas sebagai musuh dekatnya, dan ia tidak sedamai landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi. Lebih lanjut, persepsi adalah juga merupakan penyakit, bisul dan anak panah. Kini, dengan tidak ada keinginan lagi terhadap landasan ketiadaan, anda juga harus merenungkan kealamiahannya bahwa landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi adalah lebih damai. Kemudian fokuskan berulang-ulang terhadap kesadaran dari landasan ketiadaan sebagai 'damai - damai'. Lanjutkan untuk fokus terhadap nimitta 'damai - damai', hingga anda mencapai jhana, dan kembangkanlah lima kefasihan. Inilah kemudian jhana tanpa materi keempat, juga dinamakan landasan bukan persepsi juga bukan non persepsi.

CATATAN :

Artikel ini dikutip dari Buku Janati Passati (Knowing And Seeing Edisi Bhs. Indonesia) yang saat ini sedang dalam proses penyelesaian oleh bhikkhu yang berlatih di bawah bimbingan Pa-Auk Sayadaw, Sayadaw U Kovida dan Sayadaw U Revata.

Buku yang memaparkan cara berlatih Samatha dan Vipassana ini akan segera diluncurkan oleh Pa-Auk Tawya Vipassana Dhura Hermitage - Beji (PATVDH - Beji) dan akan didistribusikan pada Vassa Tahun 2015 ini.

Semoga dengan adanya penerjemahan buku ini dapat mengkondisikan kita untuk sesegera mungkin merealisasi Dhamma.

~ Sabbadanam dhammadanam jinati. Sabbarasam dhammaraso jinati. Sabbaratim dhammarati jinati. Tanhakkhaya sabbadukkhā jinati ~

~ Dari segala dana, dana Dhamma adalah yang terunggul. Dari segala rasa, rasa Dhamma adalah yang terunggul. Dari segala kesenangan, kesenangan akan Dhamma adalah yang terunggul. Padamnya keinginan mengakhiri segala derita. ~

Buddhasasanam ciram titthatu.
Sadhu...Sadhu...Sadhu...

Email : PATVDH.Beji@gmail.com

<http://facebook.com/PATVDH.Beji>

Artikel terkait buku WOK (Working Of Kamma) :

1. ANAMATAGGOYAM BHIKKHAVE bisa dilihat di <http://on.fb.me/1KNYszj>
2. HOTI SO, BHIKKHAVE, Sang Buddha menjelaskan bagaimana di masa depan, sistem dunia akan tiba pada suatu akhir bisa dilihat di <http://on.fb.me/1QRBDy0>

Artikel terkait buku Janati Passati :

1. Mengapa Sang Buddha Mengajarkan Meditasi ? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1yxiLQ3>
2. JALAN MULIA BERFAKTOR DELAPAN bisa dilihat di <http://on.fb.me/1IgpTQJ>
3. Bagaimana Anda Mengembangkan Samadhi & Anapanasati bisa dilihat di <http://on.fb.me/1b5aYOY>
4. Nimitta bisa dilihat di <http://on.fb.me/1yEbKgv>
5. BAGAIMANA ANDA MENYEIMBANGKAN TUJUH FAKTOR PENCERAHAN bisa dilihat di <http://on.fb.me/1GlmdQw>
6. BAGAIMANA ANDA MENCAPAI JHANA bisa dilihat di <http://on.fb.me/1DBsEZE>
7. Bagaimana kita memutuskan kapan untuk beranjak dari satu tingkatan ke tingkatan lainnya pada empat tingkatan dari anapanasati? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1ECIVT9>
8. Apakah penting, untuk memiliki nimitta dalam meditasi? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1EFz9gB>
9. Beberapa mengatakan bahwa ketika berlatih anapanasati jiwa mereka keluar dari tubuh. Apakah itu benar, atau mereka berada di jalan yang salah? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1c9WxJR>
10. Darimanakah anapana nimitta datang? Apa yang membuatnya muncul? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1Ic5XAk>
11. Lima Rintangan (Nivarana) bisa dilihat di <http://on.fb.me/1EUhSR6>
12. BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN TIGA PULUH DUA BAGIAN TUBUH bisa dilihat di <http://on.fb.me/1Iu2NrK>
13. Bagaimana seharusnya seorang pemula menyeimbangkan daya (indriya) dari samadhi dan panna? Bagaimana seharusnya mereka melatih panna pada anapanasati? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1Rz9ehs>
14. Pada anapanasati, terdapat parikamma nimitta, uggaha nimitta, dan patibhaga nimitta. Apakah parikamma nimitta? Apakah parikamma nimitta selalu abu-abu? Apa perbedaan antara parikamma nimitta dan uggaha nimitta? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1HkPCe0>
15. Apa perbedaan antara samadhi jelang dan samadhi penetapan? bisa dilihat di <https://goo.gl/nyLV0u>
16. BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN DASA KASINA & BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN KASINA PUTIH bisa dilihat di <https://goo.gl/4qD2jM>
17. Dalam kondisi bagaimana atau situasi bagaimana kita dapat katakan bahwa pengalaman meditasi adalah samadhi jelang atau jhana? bisa dilihat di <https://goo.gl/bnm2WA>
18. BAGAIMANA ANDA MENGEMBANGKAN KASINA WARNA LAINNYA, KASINA TANAH, KASINA AIR, KASINA API, KASINA ANGIN, KASINA CAHAYA, KASINA RUANG

bisa dilihat di <https://goo.gl/F1nTx1>

19. EMPAT JHANA TANPA MATERI bisa dilihat di <https://goo.gl/vjZsYc>

Artikel Lainnya :

1. BUKAN SIAPA SIAPA ANDA SENDIRILAH PELAKUNYA bisa dilihat di <http://on.fb.me/1GPPSBs>

2. Meme Disitu Kadang Saya Merasa Sedih bisa dilihat di <http://on.fb.me/1EZvjSL>

3. Kisah Samanera Pandita bisa dilihat di <http://on.fb.me/1FIAMfB>

4. Terampil Membaca Pikiran bisa dilihat di <http://on.fb.me/1JJV6j3>

5. Melatih Pikiran bisa dilihat di <http://on.fb.me/1GSKOMB>

6. Ketika Kamu Marah bisa dilihat di <http://on.fb.me/1I85rDp>

7. Perumpamaan Samudera bisa dilihat di <http://on.fb.me/1P0cHqv>

8. Autobiography YM. Pa Auk Sayadaw bisa dilihat di <http://on.fb.me/1E0fSCR>

9. BAGAIMANA SESEORANG TIDAK MENYERAH UNTUK BERMEDITASI ? bisa dilihat di <http://on.fb.me/1bJSkLM>

10. Hal yang Sulit Dilakukan dan Mudah Untuk Dilakukan bisa dilihat di <http://on.fb.me/1RE0PcJ>

11. Kehilangan Kebijakan adalah yang terbesar bisa dilihat di <http://on.fb.me/1HoF9yi>

12. MN Vekhanassa Sutta bisa dilihat di <https://goo.gl/qkKCCP>

13. Surga Tertawa atukah Neraka Tertawa ? bisa dilihat di <https://goo.gl/i61PH2>